# 2024年工会趣味活动方案

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2024-06-18

*第一篇：2024年工会趣味活动方案物业工会2024年趣味运动会活动方案一、活动目的为丰富全体职工的业余生活，提高职工工作热情，增强各部门之间的凝聚力，公司工会按四季青镇工会要求，经公司工会委员会研究决定，并报领导同意，在11月上旬开展集竞...*

**第一篇：2024年工会趣味活动方案**

物业工会2024年趣味运动会活动方案

一、活动目的

为丰富全体职工的业余生活，提高职工工作热情，增强各部门之间的凝聚力，公司工会按四季青镇工会要求，经公司工会委员会研究决定，并报领导同意，在11月上旬开展集竞技、娱乐、健身等综合于一体的趣味体育活动，激发职工团队协作、敢于拼搏，永争第一的精神，让职工在比赛中享受快乐，在快乐中得到收获。

二、活动主题：快乐运动，快乐工作

三、活动宗旨：友谊第一，比赛第二

四、活动整体安排

活动时间：2024年11月15日上午9：00-10：30 活动地点：广场垃圾楼东侧

主办单位：物业工会

活动参与对象：公司全体人员

五、活动流程（主持人：卫洪涛）

1、组织5分钟热身运动；

2、介绍比赛项目；

3、开始比赛；

4、颁奖；

5、裁判、参赛选手合影。

六、活动分组情况 第一组：保卫部(负责人：)第二组：工程部(负责人：)第三组：办公室(负责人：)第四组：绿化食堂(负责人：)

七、活动要求

1、工会活动属集体活动，除参赛职工外，其他职工需到场观赛。因工作或身体原因不能参加活动的职工，需提前向各组负责人请假，各组负责人应及时通报工会主席。

2、各组负责人于11月14日上午11：00前将各项目参赛人员名单报行管部张宏处。

3、比赛时，各组负责人应及时组织好参赛人员，保证比赛顺利进行。

八、活动规则

1、本次比赛按部门分组，以组为单位计算成绩，每个项目设一、二、三、四名。每个项目第一名计4分；第二名计3分；第三名计2分；第四名计1分。

2、每组在每个参赛项目中的得分汇总后作为本组趣味体育活动的评奖依据。

3、各项目记录人及时将比赛结果交给王璐汇总，汇总后确定名次交主持人。

4、比赛纪律：比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终判决。

九、奖项设置

按各组总分高低分设一、二、三、四等奖各一名。

十、后勤分工安排

1、奖品准备：

2、矿泉水准备及发放：

3、颁奖礼仪人员：

4、颁奖安排：

5、标语制作：

6、药品准备：云南白药喷雾剂、创口贴等）

7、摄影摄像：

8、发令主裁判：副裁判：记录人：

9、器材准备：（椅子8把、篮球2个、矿泉水12瓶、跳绳1根、场地划线）

十一、活动项目简介

项目一：心心相印（背夹球）

1、参赛人数：每组8人。

2、比赛赛距：场地长约30米，在起、终点分别放上标志物（椅子）作为折转标志。

3、比赛赛制：一场决胜负，按每组完成比赛的先后顺序确定名次计分。

4、比赛规则：

①每队派8人参赛，2人一组，起、终点各2组，每组2人背夹一篮球，步调一致向前走；

②向前走时，双手必须在前方，不能碰到球，否则按犯规处理取消比赛成绩；

③在行进时若球落地，比赛选手需自己捡球并回到落球原位重新开始比赛；

④进行接力时，接力方必须在起、终点线外完成接力活动。

项目二：海底传月

1、参赛人数：每组10人参赛。

2、比赛赛制：一场决胜负，按每组完成比赛的先后顺序确定名次计分。

3、比赛规则：

①每个组10名队员依次排开排成一列，前后间距一臂;②第一名队员双手举起篮球，其余队员弯下腰，双脚分开，当听到裁判发令后，第一名队员将球从自己胯下传给第二名队员，依次类推，当第十名队员接到球后，持球跑到第一名队员前面依次传球，当第九名队员接到球后，持球跑到第十名队员前面依传球，依次轮换球;③当第一名队员站在最后一位并双手持球后视为比赛结束（比赛过程中，第一名队员是不跑动的）;④在传球过程中，球落地后，须由传球队员捡球后重新传球。

项目三：宝贝“新娘”

1、参赛人数：每组9人参赛。

2、比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志。

3、比赛赛制：一场决胜负，按每队完成比赛的先后顺序确定名次计分。

4、比赛规则：

①4个参赛队9名队员分成3组，每组3人；

②比赛开始2名选手双手交叉搭成“花轿”，1名选手坐在“花轿”上，到转折点时坐花轿队员要喝完1瓶矿泉水后，再返回。接着第二组队员再继续进行，以此类推。

③“新娘”如果落地，在落地处重新坐上“花轿”前进。

项目四：集体跳绳

1、参赛人数：10人

2、比赛赛制：一场决胜负，按每队选手在规定的时间内（2分钟）跳绳数量多少确定名次计分。

3、比赛规则：

①两人摇绳、8人同时跳过，记1次 ；

②参赛队员根据裁判发令开始跳绳，看谁跳得最多；

③如果间断，可以继续跳、累计计算成绩，直到用时完毕。

十二、其他

1、参加活动的职工要尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。

2、裁判必须做到公平、公正、公开。

3、比赛前由各组负责人组织解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则，并提醒参赛队员着运动鞋和运动装。

4、各组负责人在赛前应督促参赛选手做好赛前热身运动，各小组长组织好后勤工作及本部门的啦啦队。文明比赛、文明助威，充分展现各科室、各部门风采。

5、保持现场的卫生。

6、遇不可抗因素（如下雨），比赛延期进行，具体日期另行通知。

物业管理有限责任公司工会

2024年11月13日

**第二篇：工会趣味活动方案**

曹闸小学2024元旦趣味活动方案

活动时间：12月31日下午2：30开始

活动目的：为丰富学校的文化生活，增进师生的身心健康，学校拟利用本周末组织开展健身趣味活动。特制定活动实施方案如下：

活动地点：曹闸小学操场 总裁判：杨建平副裁判：张学清 记录：张希春

参加人员：所有教师和学生 后勤准备：周立娟

奖励办法：将全校教师按ABCD顺序任意分成四组，每项比赛决出第一名至第三名，及参与奖。依次计分为9、7、5、3，4项比赛的积分累计最高者为第一名，其余类推，按名次发放活动奖品。

活动项目：踢毽子、跳长绳（3分钟）、夹球接力、猪八戒背媳妇

踢毽子比赛：（器材准备：毽子10个）1、4个小组每组各派6名代表参赛，性别、年龄不限。

2、比赛分4轮进行，每轮1个小组参赛，每名参赛队员连续踢毽子一分钟，记录6人成绩总和。

3、按成绩高低取名次，按9、7、5、3记分 “双人胸（背）夹球跑”接力赛：（气球20个）1、4个小组各派4名代表参赛，性别、年龄不限，4个人分成2

组，每2人一组。

2、每队每次出2人，两人胸对胸或背对背，中间放1个气球，两人用胸或背夹紧，立于起点线后。令下，两人同时侧向跑动，绕过障碍物后返回交第二队两人。第二队用同样的方法将球运回交下一组。依此类推，先完成的组为胜。

3、比赛规则：

（1）、令下后才能跑动。途中若球掉地，要在原地夹好，继续比赛。

（2）、在跑动过程中，一律不许用手触球。（3）、球运过终点线后，才能交下两人。

4、名次录取：按速度取名次，按9、7、5、3记分。“猪八戒背媳妇”比赛： 1、4个小组各派4名代表参赛，性别、年龄不限，4个人分成2组，每2人一组。

2、每队每次出2人，一人将另一人背起立于起点线后，裁判吹哨后，背起“媳妇”向前跑动绕过障碍物后返回，第二组用同样的方法进行比赛，依此类推，先完成的组为胜。

3、比赛规则：

（1）、令下后才能跑动。

（2）、途中若有脚落地现象，要在原地背好，继续比赛。（3）、前一组参赛队员越过终点线后，下一组队员才能出发。

4、名次录取：按速度取名次，按9、7、5、3记分。

三分钟跳长绳比赛：

1、每个小组各派4名代表参赛，性别、年龄不限。

2、两名队员站在固定的位置上负责摇绳，其他队员成一路纵队站于一侧

3、裁判“鸣哨”比赛开始，再次“鸣哨”比赛结束。

4、记数方法：每摇一次只准进有一人，跳一次后跑出，如进两人或两人以上记一人，空摇不记数。因配合失误出现绊绳现象而使摇绳不能继续时，该次成绩不算。

5、名次录取：按成绩高低取名次，按9、7、5、3记分。实施步骤：

1、召开各年级会，组织学习活动方案，要求分组落实，组织报名。2、12月27日下午，召开领导组和裁判组人员会议，制定和分解运动会的任务、场次、时间和规则。3、12月28日再次召开年级会，将活动安排计划和比赛规则等有关事项反馈到各年级。

4、根据报名情况，临时抽调部分教师协助裁判工作。

**第三篇：工会趣味活动方案**

工会趣味活动方案

一、活动目的

为丰富全院干警的业余生活，提高干警工作热情，增强各庭室、部门的凝聚力，经院工会委员会研究决定，并报处领导同意，定于2024年12月12日开展一次“远足健身、趣味娱乐”为主题的工会活动。

二、活动主题

远足健身、趣味娱乐

三、活动宗旨

友谊第一，比赛第二

四、活动整体安排

活动时间：2024年12月12日8：30-17：30 活动地点：洞坎村农家乐 活动参与对象：全院干警

五、活动流程（主持人：李罡）

1、全院干警吃完早点后于8:30分到院停车场集合

2、全院干警从法院出发沿金孔雀大街走路前往洞坎村

3、院工会委员管有际、杨丽菊进行人员分组并介绍比赛项目；

4、开始比赛；

5、颁奖。

六、相关人员活动分组情况 第一组：穆勒门、李罡、王宏程负责活动场地的联系并负责队伍行进过程中的安全，穆勒门、李罡任活动总指挥及总裁判。

第二组：张帅等负责照相。

第三组：管有际、杨丽菊负责现场趣味活动的组织安排奖品发放，段丽红、杨菊香、杜鹃、熊会云负责现场记分。第四组：谢贤君负责联系农户（牛主人）。

七、活动要求

1、工会活动属集体活动，除参赛干警外，其他干警需要到场。若因工作或身体原因不能参加活动的职工，需提前给工会小组长请假，小组长应及时通报机关工会。

3、比赛时，各组负责人应及时清点参赛人员，协助比赛顺利进行。

八、活动记分规则

1、本次比赛项目均为集体参与项目，每个项目设参与奖和鼓励奖。

2、所有干警按现场抽组分为4组集体参赛，每组在每个参赛项目中的得分汇总后作为本次趣味体育活动的评奖依据。

3、各项目记录人及时将比赛结果交给刘镇莲汇总，汇总后得出名次交主持人。

九、奖金设置 第一名鼓励奖50名，其他参与奖120名

十一、宣传

十二、活动项目简介

十人九足

一、项目类型：团队协作型

二、场地要求：一片空旷的大场地

三、需要道具：

每组一条长约五米的绳子

四、详细游戏规则：

以系别为单位,共七个队伍。每队十人,五男五女叉排成一横排，相邻的人把腿系在一起，一起跑向终点，用时最短的胜出。分成三组进行比赛，抽签决定比赛次序。

五、活动目的：

“十人九足”项目体现的是团队队员之间的配合和信任，本游戏主要为锻炼大家的团队合作能力及协调能力、坐地起身

一．项目类型：团队合作型 二．道具要求：无需其他道具 三．场地要求：空旷的场地一块 四．项目时间：20分钟-30分钟 五．详细游戏规则：

1、要求四个人一组，围成一圈，背对背的坐在地上；

2、在不用手撑地站起来；

3、随后依次增加人数，每次增加2个直至10人。

在此过程中，工作人员要引导同学坚持，坚持，再坚持，因为成功往往就是再坚持一下。六．活动目的：这个任务体现的是团队队员之的配合，该项目主要让大家明白合作的重要性。

解手链

一、游戏简介：所有的队员手牵手结成了一张网。队员们这时是亲密无间紧紧相连的，但是这个时候的亲密无间紧紧相连却限制了大家的行动。我们这时需要的是一个圆，一个联系着大家，能让大家朝着一个统一方向滚动前进的圆。在不松开手的情况下，如何让网成为一个圆？这是团队的严峻挑战。

二、游戏人数：8－12 人/组

三、场地要求：开阔的场地一块

四、游戏时间：15分钟左右

五、活动目标：锻炼新团队的沟通，执行及领导。

袋鼠跳

一、项目类型：团队游戏、趣味游戏

二、场地要求：空旷的场地一片，最好在操场

三、需要道具：

布袋若干。每组所用布袋均为同一规格，用明显的标记划出各队的起跑线和跑道线。A，B两队起跑线间距离30米，每条跑道宽1.2米。

四、详细游戏规则：

每组比赛四队参加，每队10人，全部由男生组成。每支队伍平均分为2个小队记为A，B，相向各排成一纵队。比赛开始前，每组A队的第一名队员将布袋套至腰部，听裁判员发令后向B队前进，中途布袋不得脱离双腿，至B队时脱去布袋，由B队队员套上布袋向A队前进，如上述循环直至最后一名队员。

比赛过程中，如有摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。从开始脱下布袋交接，至下一名队员的布袋完全套好前，整个交接过程必须在跑道端线以外进行，不能越线。所有队的比赛结束后，以用时较短的次序排出前三支队伍。

五、活动目的：

“袋鼠跳”游戏项目，是比较受学员欢迎的一项户外游戏，不仅锻炼了大家的身体，还锻炼了学员们的团队合作能力及协调能力。

齐眉棍

一、游戏简介：全体分为两队，相向站立，共同用手指将一根棍子放到地上，手离开棍子即失败，这是一个考察团队是否同心协力的体验。在所有学员手指上的同心杆将按照培训师的要求，完成一个看似简单但却最容易出现失误的项目。此活动深刻揭示了企业内部的协调配合之问题。

二、游戏人数：10-15人

三、场地要求：开阔的场地一块

四、需要器材：3米长的轻棍

五、游戏时间：30分钟左右

六、活动目的：在团队中，如果遇到困难或出现了问题，很多人马上会找到别人的不足，却很少发现自己的问题。队员间的抱怨、指责、不理解对于团队的危害…… 这个项目将告诉大家：“照顾好自己就是对团队最大的贡献”。提高队员在工作中相互配合、相互协作的能力。统一的指挥+所有队员共同努力对于团队成功起着至关重要的作用。

**第四篇：工会趣味活动方案**

工会趣味活动方案

一、活动目的

为丰富机关职工的业余生活，提高职工工作热情，增强各科室、部门的凝聚力，图书馆工会按学院工会要求，经图书馆工会委员会研究决定，并报领导同意，在1月下旬开展集竞技、娱乐、健身等综合于一体的趣味体育活动，激发职工团队协作、敢于拼搏，永争第一的精神，让职工在比赛中享受快乐，在快乐中得到收获。

二、活动主题

快乐运动，快乐工作

三、活动宗旨

友谊第一，比赛第二

四、活动整体安排

活动时间：2024年1月24日上午9：00-11：30

活动地点：处机关

主办单位：图书馆工会

活动参与对象：图书馆全体人员

五、活动流程（主持人：张永华）

1、工会委员陈光平组织5分钟热身运动；

2、负责人王泽华讲话；

3、副馆长欧江介绍比赛项目；

4、开始比赛；

5、颁奖；

6、领导、裁判、参赛选手合影。

六、活动分组情况

第一组：外借室

采编室 第二组：各阅览室

七、活动要求

1、工会活动属集体活动，除参赛职工外，其他职工需要到场。若因工作或身体原因不能参加活动的职工，需提前给工会小组长请假，小组长应及时通报工会负责人。

2、各组负责人于1月21日上午12：00前将各项目参赛人员名单报陈光平处。

3、比赛时，各组负责人应及时清点参赛人员，协助比赛顺利进行。

八、活动记分规则

1、本次比赛项目均为集体参与项目，每个项目设一、二、三、四名。每个项目第一名计4分；第二名计3分；第三名计2分；第四名计1分。

2、按科室分为2组集体参赛，每组在每个参赛项目中的得分汇总后作为本次趣味体育活动的评奖依据。

3、各项目记录人及时将比赛结果交给王晓光汇总，汇总后得出名次交主持人。（陈光平制定记分表和汇总表，并发给各项目记录人员）。

九、奖金设置

第一名奖金2024元；第二名奖金1800元； 第三名奖金1600元；第四名奖金1500元。

十、后勤分工安排

1、奖金准备：刘巧莉

2、矿泉水准备及发放：谢东

3、颁奖礼仪人员：任晓静

4、颁奖安排：李春花

5、标语制作：张维兰

6、音响、麦克风准备：杨琴

7、药品准备（云南白药喷雾剂）准备：陈静

十一、宣传

1、摄影、摄相：李君

2、信息：陈光平

十二、活动项目简介

项目一：心心相印（背夹球）

1、参赛人数：每组12人（男6人，女6人）。

2、裁判员：发令主裁判（陈光平）； 记录人（杨琴）。

3、比赛器材：8把椅子（作为起点和终点的标志物）、秒表4个、篮球4个

4、比赛器材准备：杨琴（准备椅子），陈静（准备4个秒表）、高原理（准备篮球）

5、比赛场地画线准备：李君

6、比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志。

7、比赛赛制：一场决胜负，按每队用时先后计时取名次。

8、比赛规则：

①4个参赛队两端各站6人，每端分成3组，每组2人（一男一女），背夹一篮球，步调一致向前走；

②向前走时，双手必须在前方，不能碰到球，否则一次罚2秒；

③在行进时若球落地，比赛选手需自己捡球并回到落球原位重新开始比赛； ④进行接力时，接力方必须在线外完成接力活动；

9、比赛纪律：比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终判决。项目二：海底传月

1、参赛人数：每组10人（男5人，女5人）。

2、裁判员：

发令主裁判（陈静）； 记录人（李君）。

3、比赛器材：秒表4个、篮球4个

4、比赛器材准备：杨琴（准备4个秒表）、高原理（准备篮球）

5、比赛场地画线准备：任晓静

6、比赛赛制：一场决胜负，按每队用时先后计时取名次。

7、比赛规则：

①每个队10名队员依次排开排成一列，间距一臂;②第一名队员双手举起篮球，其余队员弯下腰，双脚分开，当听到裁判发令后，第一队员将球从胯下传给第二名队员，依次类推，当第十名队员接到球后，持球跑到第一名队员前面依次传球，当第九名队员接到球后，持球跑到第十名队员前面依传球，依次轮换传球;③当第一名队员站在最后一位并双手持球后视为比赛结束（比赛过程中，第一名队员是不跑动的）;④在传球过程中，球落地后，须由传球队员捡球后重新传球，否则将一次加罚2秒；

8、比赛纪律：比赛中应绝对服从裁判，以裁判员的判罚为最终判决。项目三：宝贝新娘

1、参赛人数：每组9人（男6人，女3人）。

2、裁判员：

发令主裁判（唐晓琴）； 记录人（张帆）。

3、比赛器材：秒表4个

4、比赛器材准备：周茵萍（准备4个秒表）

5、比赛场地画线准备：彭琴

6、比赛赛距：场地长约20米，在起、终点分别放上标志物作为折转标志。

7、比赛赛制：一场决胜负，按每队用时先后计时取名次。

8、比赛规则：

①4个参赛队9名队员分成3组，每组3人（2男1女）；

②比赛开始2名男选手双手交叉搭成“花轿”，1名女选手坐在“花轿”上，到转折点时女队员要喝完1瓶矿泉水后，再返回。接着第二组队员再继续进行，以此类推。③新娘如果落地，在落地处重新坐上“花轿”前进。

十三、其他

1、参加活动的职工要尊重比赛，尊重裁判，尊重对手，赛出水平，赛出风格。

2、裁判必须做到公平、公正、公开。

3、比赛前由各组负责人组织解读比赛项目细则，让参赛人员更加清楚各项比赛流程和规则，并提醒参赛队员着运动鞋和运动装。

4、各组负责人在赛前应督促参赛选手做好赛前热身运动，各小组长组织好后勤工作及本部门的啦啦队。文明比赛、文明助威，充分展现各科室、各部门风采。

5、保持场地的卫生，保持现场的卫生。

6、遇不可抗因素（如下雨），比赛日期另行通知。

**第五篇：工会趣味活动方案**

工会迎新春趣味活动方案

一、活动目的

为迎接新春佳节的到来，突出“喜庆祥和过大年，传统文化再继承”，经区工会工作会议研究决定，区工会将在春节前开展集竞技、娱乐、健身等综合于一体的趣味活动，活动遵循简洁可行、就近就便、力所能及的原则，激发团队协作、敢于拼搏，勇争第一的精神，让干部职工在比赛中享受快乐，在快乐中得到收获。

二、活动主题

聚智慧·迎新春

三、参加人员

管委会办公楼工作的所有干部职工。

四、活动时间和地点

1、活动时间：2024年2月12日下午1:00开始。

2、活动地点：管委会办公大楼。

五、活动项目

（一）猜谜语（个人项目）

1、活动规则：猜谜活动的所有内容分为三种类型，参加者选择其中一种类型，猜对即可获得奖品。题目类型分为以下三种：

①脑筋急转弯，包括益智类、搞笑类、数学类等。②谜语，包括字谜、成语谜、地名谜、动物谜、日用品

为止。根据报名情况确定每次几队进行比赛，每次比赛的获胜队可获得奖品。

2、所需材料：报纸、口哨

（五）吸乒乓球接力（集体项目）

1、活动规则： 4人一组，每位队员用吸管吸住乒乓球，走完8米，把乒乓球放入指定容器内，另外一边队员再用吸管吸起乒乓球走向起点，4人最先完成乒乓球接力的队伍获胜。根据报名情况确定每次几队进行比赛，每次比赛的获胜队可获得奖品。

2、所需材料：乒乓球、吸管、哨子、容器、计时器

五、奖励办法

凡参与人员均给予活动纪念品，其余参与奖品按照比赛情况给予奖励。活动纪念品价值50元左右（洗衣液），数量根据报名情况购买，个人项目奖品价值10元左右（牙膏），集体项目奖品价值20元左右（牙膏），数量根据报名情况购买。

六、其他事项

1、活动文件下发至各科室，原则上以科室为名义参加，人数少的科室可以联合报名。

2、区工会根据报名情况发放活动入场劵，同时印发纪念品领取劵和奖品领取劵给各负责活动项目的科室，项目负责科室根据活动情况发放给各参赛人员。

3、原则上每名干部职工可以参加一次个人项目和一次集体项目。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找